

港区立高齢者在宅サービスセンター白金の森 平成29年1月 プログラム予定表

 健康なからだづくり 機能訓練		 生きがいづくり 趣味サークル活動		 気分転換・地域・社会交流 レクリエーション・行事等	
 暮らしを支える 生活基盤サービス			 お得情報など お知らせ		
月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
年始休み		お正月遊び	「ことばつむぎ」と小学生の歌会14:15～	ストレッチダンス	マッサージ お正月遊び
9	10	11	12	13	14
日本舞踊	フラワーアレンジメント カレンダー作成	ストレッチダンス	折り紙 カレンダー作成	ヒロセ様歌会	夢コンパス様による コンサート14:00～
16	17	18	19	20	21
書道 & 尺八 & ギター、ネイル 初詣外出	阿部様朗読 初詣外出	フラワーアレンジメント カレンダー作成 初詣外出	押し花 初詣外出	内野様コンサート 初詣外出	カレンダー作成 初詣外出 (未定)
23	24	25 お風呂の日	26 お風呂の日	27 お風呂の日	28 お風呂の日
ストレッチダンス 初詣外出	ウクレレ、フラダンス14:15～ レアレアホアロハ、初詣外出	初詣外出 かるた遊び	車椅子ダンス 初詣外出	フラワーアレンジメント 初詣外出	初詣外出 (未定) かるた遊び
30 お風呂の日	31 お風呂の日				
朗読 初詣外出	初詣外出 かるた遊び				

※当日のプログラムは変更になる場合がございます。予めご了承下さい

港区立高齢者在宅サービスセンター白金の森 03-3449-9615